**《六祖坛经》释义2智慧品2**

各位佛友，大家晚上好，首先我们大家一起发菩提心。

今天大家来听课，而听课的目的，就是为了让天下所有的众生离苦得乐。

我们想让天下所有众生能够离苦得乐的前题条件，是我们自己要成佛。如果我们自己都没有成佛的话，那就没有这种能力了。所以首先我们要考虑自己成佛，下定决心自己要成佛。这点我们之前已经讲过很多次了，有这样的发心是非常非常重要的。

在我们这一生当中，也许能成佛，也许不能成佛，这都没有问题。如果能成佛，那当然是很好的；如果成不了佛，这也没问题。只要有这个发心，那么我们的修行会越来越好的，这点特别特别的重要，大家要想一切办法，要发真的菩提心。

如果我们没有菩提心的话，只是暂时地念念咒、念念经、一天两天或者一个月两个月打打坐，这些都不能解决任何成佛的问题。当然修了总比不修好，但仅有此功德而已。

我们必须要有一个系统的、长远的计划，这样子才能够在修行的道路上走得更好。否则的话，我们只是两天、三天或者是八天、十天修修禅，比如说，现在很多地方有大乘佛教的禅修和小乘佛教的禅修，我们去打个禅七，或者去念个佛七，参加很多此类的法会，这样子当然是有功德的。但是我们光靠这些修法，要想成佛或者解脱的话，几乎是不太可能的。所以我们必须要有一个核心的、重点的修法，并且这个修法一定要建立在菩提心的基础上，这是特别重要的。

希望大家首先发菩提心，这个特别特别的重要。发了菩提心以后，我们继续讲六祖惠能大师的《智慧品》。

六祖惠能大师讲的《六祖坛经》，其实是一个非常非常深奥的法。如果有一个开悟的禅师，给我们传讲经义的话，那么经中文字是可以正确解释的，不会有错的。

否则的话，比如说，一个大学的教授，或者社会上的一个学者，他没有开悟，也没有传承，仅仅通过他自己的研究，和对传统文化的了解，来传讲经义是不可能的，讲这个《坛经》是根本不可能的。因为《坛经》里面的这些文字，字数很少很少，尤其是我们用的这个敦煌版，里面的文字更是特别的少，所以《六祖坛经》的经义特别不好正确理解。

我昨天第一堂课也讲过了，在没有传承的情况下，如果我本人对大圆满和大手印相关方面不了解的话，那么是没有办法讲这个《坛经》的，根本就没办法讲的。

所以《六祖坛经》是一个非常深奥的法，了解这点特别的重要。

我们很多学藏传佛教的师兄，都非常向往听大圆满或者听其它密法。如果有一天有机会，我们真正听到大圆满的时候，那么所听到的字就是这些字。我们原以为在大圆满当中，有一些很深奥的、一下子就能让我们证悟的法，到那时一看，原来就是这些字。

从大圆满的字面上看，就是这些字，唯一一个不一样的地方，是在方法上有一点点不一样。

昨天第一堂课也讲过了，大圆满的证悟的方法，跟禅宗禅师们的证悟的方法之间存在着相同的一些证悟的方法。这些独特的证悟风格，只有在大圆满跟禅宗里面才看得到，在其他大乘佛教，乃至佛教里面都是看不到的。

除了这些与禅宗相同的方法以外，大圆满也有一些自己独特的方法，这不仅仅在禅宗里面不会有，而且在其他的任何一个佛经里面也看不到。

除了这些大圆满独特的方法以外，大圆满的其他方法就是这个《坛经》里面讲的内容了，尤其是那些最最最公认的、非常了不起的大圆满引导文，实际上，归根结底就是这些字。

如果我们的根机特别成熟的话，通过这些字是完全可以证悟的。在六祖惠能大师，以及汉传佛教历史上的祖师大德们的身上，充分说明了这一点。如果我们的根机不成熟的话，那么即使我们听了大圆满、听了大手印，也不会证悟的。所以，不管是首先，还是最终，自己根机的成熟才是特别特别的重要。

昨天第一堂课我们也讲过了怎样让自己的根机成熟，比如说，在藏传佛教里，是修四加行、五加行，就这些方法了。再比如说，在小乘佛教和显宗的大乘佛教里，开始的时候，第一步修法，叫作四念处。在四念处当中，就是讲痛苦，就是讲无常，就是讲无我空性，就是讲这些了，其实这些与四加行的内容是差不多的。

所以就是要修四加行、五加行，一步一步地修。当然，大圆满有一个独特的、与众不一样的修法，就是最终的上师瑜伽法。

禅宗里面没有这种修法，虽然没有这种修法，但是那些祖师大德们，对他们的上师、对他们的师傅的信心，肯定是有的。如果没有信心，他们也是不能证悟的。

密法里面讲的这种上师瑜伽，我们在禅宗里面是看不到的。有了上师瑜伽法，就更能得到上师的加持，不仅增加了一个方法，更增加了一个加持的力量，这特别的好。

另外一个，刚才提到了证悟的方法，大圆满跟禅宗有一个非常相似的地方。

我昨天第一堂课讲过，六祖惠能大师到弘忍大师之处，待了八个月，在这个过程中，他还没有真正的开悟，严格来讲他没有开悟。我们也讲过了，他的上一世是一个开悟的人，那在惠能大师这一世当中，由于没有一个上师给过他指点，所以一直没有过真实的恍然大悟的感觉。他必需要有一个上师的指点，才会证悟。

我们都看得出来，五祖弘忍大师讲完法后，就让他的弟子们去观心。大家自己去观察自己的心、观照自己的心，然后每个人从自己的心里找到答案，根据自己的觉悟，写一点东西，向弘忍大师汇报。这实际上是什么意思呢?就是让大家去寻找，自己的心的本性是什么样子的。

神秀大师写的这个偈子，大家都知道了。其他不是很出名的人，他们也会把自己的觉悟、感受，向五祖弘忍大师汇报，让他来检验、印证自己的证悟是不是正确。尽管我们看不到当时的情况，尽管因为大家都是普通僧人，一般不会有历史记载，但是实际上这种事情肯定是有的。

普通的僧人把自己的觉悟向他们的禅师汇报，可能是字面上的，有可能是口头上的，不管用怎样的方式，由他们的禅师----这个时候是弘忍大师，而在其他地方，有其他各种各样的禅师----最后印证汇报的内容是对的还是错的。禅宗就是这样子的方法。

大圆满的方法也是这样子的，首先上师不会给你讲，心的本性应该是什么什么样子的，而是让你自己去感受、去了解。你把前行中该修的内容全部修完了以后，再花一定的时间，自己去打坐，观照自己的心。你如果找到了一个类似于证悟感觉的时候，就回来把这种感觉讲给上师听，由上师最后确认这个感觉是不是证悟。

禅宗的方法跟大圆满的方法是很像的，是特别特别像。所以我们现在必须要做到的，就是要让自己的根机成熟。

否则的话，我们在文字上，学很多东西和不学很多东西，是没有太大差别的。虽然在文字上我们可以多学一些知识，但是，如果自己根机不成熟的话，证悟是很难的。

比如说，你看了很多大圆满的书，然后自己想要对外宣讲的话，那完全没有问题；甚至你就是想写一个大圆满的引导文，也没问题，自己是能够写出来的。但是这些都是知识，证悟的感觉始终不会有的。

如果没有这种感觉，尽管口头上讲或者手头上写都完全没问题，但是你自己讲的这个东西，你自己就是悟不出来、感受不到。就是这样子的状态，不修加行的话，就是这样子的。

很多没有修行经验的人并不知道这些，大家都认为：只要有一天，我听一下大圆满，我就可以证悟了。没有听就不证悟，听了就能够证悟。有了这种想法以后，大家来不及修四加行、五加行，先去听大圆满，一定要去，就是要去。结果听了以后，自己也不会证悟。因为根机不成熟，即使听了，也不能开悟、不能证悟的。

听了而没有证悟的时候，对大圆满里面讲了什么已经很清楚了，字面上的内容，已经是非常深入地了解了，但是了解的东西就是悟不出来。“了解”和“悟”是两回事，“了解”是我们理论上理解了，而“悟”是发自内心地感受到，这两个是不一样的。

比如说温水，这个温水的温度，到达100度的时候就叫作开水，大家都可以这么讲。但是一个人如果从来都没有喝过这个温水，那么他根本不知道，这个温水到底是一个什么样子的。

同样的，我们听了这些禅宗的论典，也听了大圆满的法，在根机不成熟的时候，只能从理论上去讲这些法，如同在理论上讲这个温水是什么样子的，它的水温是多少度，由于从来没有喝过这个温水，所以不会有什么感觉。

就是这样子的类比问题，根机不成熟的人，他在这个不能证悟的状态当中，会停留很长很长的时间，上不去，下不来，成了一个很大的修行问题。

所以我们要把基础做好，基础做好了以后，才有机会证悟空性。对于我们想证悟的人来讲，这些都是一定要知道的知识，并且不仅仅是知道，而且一定要去做，落实到我们实际的修行当中，一定要严格地按照它的次第去做。这样子的话，我们每一个人，这一生当中，都是有希望证悟的，确实是这样子的。

好，接下来我们看：

**【坛经的核心见解：**

**何名般若？般若是智慧。】**

“何名般若”，“摩诃般若波罗蜜”当中，“摩诃”这两个字，前面已经讲过了，现在看“般若”。那“般若”是什么意思?

“般若是智慧”，“般若”就是“智慧”，那什么叫作“智慧”呢? 也就是“智慧”的定义是什么?

平时我们很多时候分不清楚，有些时候我们世俗的人，如果稍微聪明一点的，这个就叫作智慧；在佛经当中，尤其是像《俱舍论》、《阿毗达磨》里面，聪明在有些时候也叫作智慧；而有些时候这些聪明根本就不叫智慧，只有很高的境界才叫作智慧，所以智慧存在着很多不同的理解。

《坛经》这个地方的“智慧”，当然不是我们世俗人的这种聪明，聪明在这个地方不叫作智慧了。那么这个地方的“智慧”是什么呢?

**【坛经的核心见解：**

**何名般若？般若是智慧。一切时中，念念不愚，】**

“一切时中，念念不愚”，任何一个时候，我们心里冒出来的任何一个念头，都是“不愚”的，没有任何的无明。也就是说，我们能把每一个念头的本质都看得清清楚楚。那什么叫看得清清楚楚呢?

比如说，我们生气的时候，对这个“生气”，如果自己稍微注意一下，就会知道“我现在正在生气”。这点是任何人都可能知道的，它是世俗层面的“不愚”。

也有些时候，虽然我们正在生气，但是因为自己没有去关注这个“生气”，没去想这件事情，我们就不知道“自己正在生气”，也是有这样子的时候的。

那么，我们知道“自己正在生气”，是不是这样子就叫“念念不愚”呢? 不是，这个不是。

我们世俗中最最最聪明、最了不起的智慧，在这个地方，也叫作愚昧、无知，或者无明，为什么这么说呢?

我们应该这样子讲，在世俗人的概念当中，比如说我们心里冒出了“坛经”，或者“佛经”这两个字的时候，实际上我们已经默认了这两个字就是真实不虚、实实在在的代名词，这是什么意思呢?

我们世俗人在一天的二十四小时当中，心里冒出的任何一个念头，都是愚昧的。比如说，我们产生了“一本书”念头，虽然我们不会很明显地去想：“这是一本书、是一个真实的书、是一个实有的书”，我们不会这样刻意想，但是，在念头产生的时候，我们就已经默认了这是一个真实不虚的书。所以我们心里冒出的一本书、一个人、一栋楼，这样的每一个念头都是愚昧的。

当然，从世俗的层面来讲，这些都不是愚昧，为什么呢? 一本书、一个人、一栋楼，没有错，怎么是愚昧呢?从世俗的层面讲，这些都是没有错的。

但是从胜义本质的角度讲，“一本书”？这里有一本书吗?没有一本书的，这只是很多分子、原子，以及更小的基本粒子，或者能量的组合，这个组合参与我们视觉的时候，在我们的眼里，它就变成了一本书。实际上它不是书，这里根本没有一本书，但是我们不知道这些，而认为有一本书，所以我们的念头是愚昧的。我们的视觉是愚昧的，并且在这个愚昧视觉之后，我们的意识也就认可了这是一本书，它也愚昧了，它们都是愚昧的了。

这个地方要分开理解，在世俗的层面，认为这是一本书，它不是愚昧，它是正确的，它是对的，它没有任何的错。但是从更深层次的角度去看的话，那它是错的，因为这里没有一本书。

为什么没有一本书呢?我们不是明明看到一本书吗?那就是刚才讲的，这只是分子、原子，以及更小的基本粒子的组合，参与了我们的视觉以后，在我们的眼里，它才变成了一本书的样子。实际上它不是一本书，它也不是白色的，上面的字也不是黑色的，黑啊、白啊等等，都是不存在的。但是我们不知道它是不存在的，我们认为它就是一本书，有白色，也有黑色，并且白色的书是真实不虚的书，黑色也是真实不虚的黑色。当我们冒出来“一本书”这个念头的时候，就已经认可了这些，已经默认了这些。所以我们念念都是愚昧的，每一个念头都是愚昧的。

这个地方的“念念不愚”是什么呢? 当每一个念头冒出来的时候，比如说愤怒的念头，或者吃饭、睡觉这类不善不恶的念头冒出来的时候，证悟的人，他就知道，他就看到，念头是透明的、是没有真实性的、是如幻如梦的东西。第一个念头冒出来，他就知道是这样子；第二个念头冒出来的时候，他也知道了；一百个念头，一个小时的愤怒，或者是其他任何一个情绪诞生的时候，他都能看得非常清楚，所有的念头、情绪都是如幻如梦的，这个就叫作“念念不愚”。

这个“不愚”，首先要知道什么是“愚”？当然了，“愚”就是愚昧，那什么叫作愚昧呢?愚昧的尺度是什么？什么时候、什么东西、在什么样的情况下叫作愚昧?在什么样的情况下不叫愚昧?

这些是要分清楚的，否则的话，我们如果把世俗谛和胜义谛，或者把修行的境界和世俗的生活混为一谈，那么根本就没办法理解很多问题了。

很多人说：万法皆空，因果不空。这本来就是矛盾的，实际上，万法与因果的关系是，万法就是因果，在万事万物当中，没有一个不是因果的，全部都在因果当中；如果因果不空，万法是没办法空的；万法空了，因果也没办法保留的。所以混为一谈的时候，很多的问题、矛盾就会出现。

这个地方我们要知道，愚昧和智慧是相对的，在什么样的情况下是愚昧，什么样的情况下是智慧。首先我们要分清楚两者，然后才知道：

“念念不愚”，就是说，我们第一个念头出来的时候，就知道它是空性的；第二个、第三个、十个、一百个念头出来，每一个念头都能看得清清楚楚，每一个念头都是空性的。

**【坛经的核心见解：**

**何名般若？般若是智慧。一切时中，念念不愚，常行智慧，即名般若行。一念愚即般若绝，一念智即般若生。】**

“常行智慧”，就是长期地修行智慧。

“即名般若行”，这叫作般若的修行。

“一念愚即般若绝，一念智即般若生”，这里讲得非常好。

“一念愚”，比如说，我们的一个不开心的或者特别开心的念头冒出来的时候，由于我们根本就不知道它的本质是空性，所以就跟着它走，从而被它左右着情绪，最后导致我们控制不了自己的情绪。

我们现在的这种情况，是把每一个念头都当作真实无伪的，根本就不了解它是空性的，也根本感觉不到它是空性。所以，我们感觉每一个念头都是非常的真实、实有、不虚，这叫作“一念愚”。

“般若绝”,如果我们在一个念头上面犯了“一念愚”的错误，那么就“般若绝”了，即般若停止了，不会有般若了。

我刚才讲了，在平时的正常情况下，我们的念头会不断地产生，虽然我们不会去思考它是真还是假，不会这样子的刻意思考，但是我们已经默认了它是实有的，因为在我们的念头当中，有一个很大的一个成分，叫作先天的、普遍性的无明。

我们每一天二十四小时产生的任何一个情绪，都有这个成分，它把看到的、听到的所有东西，都当作是真实不虚的。在这一点上，它是愚昧的，并且是先天的愚昧、普遍性的愚昧。

一旦有了这种愚昧，一旦有了这种无明，那么“般若绝”，般若就不存在了，没有般若了。

“一念智”，如果一个念头出来的时候，我们当下就知道这个念头是空性的，是如幻如梦的，这个就叫作“一念智”。

什么叫作“智”呢? “智”就是我们看到一个念头冒出来的当下，就非常清楚地知道，实际上并没有冒出一个念头。也就是说，表面上诞生了一个念头，但是实际上没有诞生一个念头。这个怎么理解呢?

能够非常清楚地看到每一个念头都是不存在的、不真实的、空性的念头，是我们修行核心的核心。对于任何一个念头，或者任何一个其他东西，只要感觉到它是“空”，那么这种觉悟绝对是对的。如果没有这个“空”，跟“空”没有什么关系的话，那么其他的什么光明呀等等太多太多太多的感受，那些搞不明白的感受，都是没有用的。

所以只要有“空”觉，虽然“空”的层次有高低，但是不管层次多低，再低的层次也是觉悟，也叫作证悟，只不过在证悟当中层次稍微低一点而已，实际上这已是证悟，这已是觉悟。

不管是修大圆满、大手印，或者是修禅宗，觉悟、证悟的唯一一个路标、唯一一个标志、唯一一个标准，就是这个“空”。这是非常重要的，任何时候都是不变的，是我们的引路明灯、指路明灯。

只要你的每一个念头出来时候，自己就感觉到----不是理论也不是其他来源----它是空性的，那么就叫作“智”，就叫作开悟，叫作证悟，这是完全不会有任何错误的。

重新再说一遍，如果我们在念头冒出来的时候，不知道是“空”，我们会给它贴上很多很多的标签，比如光明呀、烦恼即是菩提呀、佛性呀等等，这些都是没有用的。标签是我们自己贴的，所以都是没有用的。唯一一个标准就是“空”，这点特别特别的重要。

“般若生”，在这个地方，“一念智”，就是说一个念头，你非常清楚地看到了它是“空”，那么这个时候就“般若生”，般若就诞生了。

实际上你看到它是“空”，这种感觉就是般若了，这就叫般若，所以就“般若生”。

**【坛经的核心见解：**

**何名般若？般若是智慧。一切时中，念念不愚，常行智慧，即名般若行。一念愚即般若绝，一念智即般若生。世人心中常愚，自言我修般若。般若无形相，智慧性即是。】**

“世人心中常愚”，普通的人心里面始终都是愚昧的，再聪明的世人，再了不起的思想家、哲学家、科学家等等等，所有的人，在这些人生、世界的最深奥、最终极的真理方面，大家都是愚昧的，所以“世人心中常愚”。

“自言我修般若”，大家都是很愚昧的，但是我们不会这样讲，我们心中明明知道没有开悟，什么都不知道，但是我们会说：我在修般若波罗蜜多，我在修空性，我在修大圆满等等等等，但实际上什么都不知道。

“般若无形相”，什么叫作“般若”呢?“般若”它没有任何的形相；在这个地方，“般若”就是智慧。

智慧就是指证悟空性的智慧，这个证悟空性的智慧，没有任何的形相。

实际上，这个“般若”就是我们的心的本性，它没有任何的形相。我们的心的本性，它长什么样子呢?它是四方形的、长方形的、圆形的、椭圆形的?它是红色的、白色的、绿色的?等等，有吗?这些都是没有的，它没有任何的形相。

没有任何的形相，也没有任何的可以表达的东西，这个就叫作“般若无形相”。

这个敦煌版，它的字不多，然后我们再看看其他的版本（师指手中书），它怎么讲得呢?

“摩诃是大，心量广大，犹如虚空，无有边畔”，我们前面说了，我们的心的本性是“心量广大”的，也说过“摩诃”就是“大”的意思。

“大”和“小”是二元对立的概念，那么我们前面讲的“摩诃”是“大”，是不是二元对立当中的“大”呢?不是，根本就不是。那么除了二元对立“大小”当中的“大”以外，哪儿还有个什么“大”呢?

凡是所有的“大”都是跟“小”相对的，如果没有“小”这种概念，那么“大”是不可能单独、独立成立的，所以这两者是观待的。凡是观待成立的法，比如说，上与下、长与短、高与低，都是二元对立的。

我们昨天第一堂课讲“摩诃般若波罗蜜”的时候，说“心量广大”，为什么这个“大”不是二元对立的概念呢？这个就是语言不能表达的了。龙树菩萨最后的时候告诉我们，语言没有办法表达，实际上真的是语言没有办法表达，为什么这么讲呢?

先说“摩诃般若波罗蜜”中的“摩诃”就是“大”的意思，然后说这个“大”不是“大小”的“大”。如果不是“大小”的“大”，那么是什么的“大”呢?我们就不知道了，反正我们概念当中的“大”，肯定是“大小”当中的“大”，从来都不知道还有一个不是“大小”当中的“大”，有另外一个“大”，这个我们想不出来了。

对，就是因为我们想不出来，所以我们也没办法表达。这个时候没办法表达的主要的原因，就是二元对立的概念是在我们意识范围内的，而超越了我们的意识范围以后，我们就不知道怎么样去表达了。想，想不出来；说，也说不出来，所以这就没办法表达了。

“亦无方圆大小”，它没有形状，不是圆形，不是大、不是小，这些都不是。

“亦非青黄赤白”，它也没有颜色，它不是青，它不是黄，它不是红，它也不是白。

“亦无上下长短”，上、下、长、短，它都不是。

“亦无嗔无喜”，它也不是愤怒，它也不是喜欢，这些东西都不是。

 “无是无非，无善无恶，无有头尾”，它没有头，它也没有尾。

“诸佛刹土，尽同虚空”，最后惠能大师也没办法表达了，只好说，跟虚空一样的。

说是跟虚空一样，这个时候，一定要自已去悟了。如果自己不悟的话，别人是帮不了的，没有办法帮的。确实是没办法用语言表达，只有自已去证悟，这个特别的重要。

敦煌版的这个地方，也简单地说了，只有五个字，就是“般若无形相”，其中“无形相”，就是刚才讲的这些了。

我们静下来一打坐，往内心当中一看，能够体会到一些感觉。如果我们从来没有听过空性、光明、般若这些东西的话，根本不懂得贴标签，那么体会到的就是真实的感觉，不是标签。

如果我们事先听了这些东西的话，虽然对空性的感觉不了解，但是我们会贴标签：“这就是空性”、“这就是光明”、“我在光明的状态里”、“我在般若的状态里”，贴很多的标签。标签，是我们自己想出来的，实际上根本不是真实的感觉。

所以正确的证悟方法是，首先我们不要去听这些太多的、非常具体的大圆满引导文，大概了解差不多就可以了；然后自己去找心的本性，那么根机差不多成熟的时候，我们就能找到。

自己能找到心的本性吗?前题条件，第一个，在藏传佛教，修四加行、五加行，要修得非常到位、特别好；第二个，对大圆满、对上师们的信心，坚定不移并且非常强大。有了这两个前题条件，你自己到稍微安静的地方去，静下来往里一观照自己的心，立即就能找到心的本性。

其实，如果你条件具备的话，在非常容易的情况下就能看出来心的本性；如果条件不具备的话，那么我们花一辈子的时间去看，最后也没能看到什么东西，最多也就是阿赖耶识层面上的寂止禅定，永远都突破不了。

最终的证悟，必须要有上师的窍诀。过去的上师与弟子，很多都是一对一的引导。这些上师们，真的不是普通人，他们知道弟子需要什么样的方法证悟。比如，五祖、还有米拉日巴大师的上师玛尔巴大师，他们用的方法都是非常特殊的。

对于这些方法，我们不要以为，历史上才有，而现在没有。绝对不是，现在也有的。比如，有一位上师，就是1997年圆寂的藏传佛教的一个上师，名气也不大，最多也就是他们自己的寺庙和周边的一些人知道，其他地方的人都不知道。我们是在他圆寂了好多好多年以后，才知道他的情况。他这一辈子当中修了多少遍五加行呢?你们猜一猜多少遍?（师问众）二十遍哪?四遍哪?（众笑）

八十遍！八十遍！他自己的发心是:这一辈子要修一百遍五加行。虽然后来没有做到，但是确确实实修了八十遍。

当时，他身边很多的老上师说：这个是不可能的，一个人不可能修到八十遍。应该是五加行，五个加行可能是算五遍了（众笑）。如果这样子的话，修八十遍是可能的。

后来他们就专门去了问一下这位上师：有人说你不是一个五加行只算一遍，而是五个加行就算五遍了，是不是这样子啊?

这位上师说：不是，我就是八十遍五加行，确确实实完整的五加行。

像这样这么非常厉害的上师们，他们最后的开悟，都是有非常非常精彩的藏文传记，我们是完全相信这些传记的。为什么相信呢?有很多的原因，这个我在这里不需要多说，我只是想说，有些上师就是这样子，他们不证悟是不可能的。

他们在一生当中，修那么多遍的四加行、五加行，根机是非常非常成熟的。这样非常精进的人，过去是有的，现在也是有的。但是他们都在山里面，不管是藏传的，还是汉传的，他们很多时候都不在我们能够看到的地方。对于这种人，只要他往里一观察，就能很快很快、也很简单地就证悟了，非常的容易。

所以根机的成熟是非常的重要，如果根机不成熟的话，我们说什么都是没有用的，大家一定要非常的、高度的重视根机的成熟。

好，《坛经》这地方，前面讲“何名般若？般若是智慧”，接着又讲“念念不愚，常行智慧”，等等，那到底什么是“智慧”呢？讲了，后面真正讲“智慧”的就只有五个字：“般若无形相”。

就这几个字，没有别的，“般若无形相”，就这么一句话的几个字，对于根机成熟的人，完全是可以证悟的，就这么几个字就能让他完全可以证悟了。

“智慧性即是”，“智慧”就是佛性，佛性就是“智慧”。

**【坛经的核心见解：**

**何名波罗蜜？此是西国梵音，唐言彼岸到，解义离生灭。】**

“摩诃般若波罗蜜”中“摩诃”、“般若”这两个讲完了，接下来再讲“波罗蜜”。

“何名波罗蜜？此是西国梵音”，这个“西国梵音”就是当时的印度梵文，实际上不仅仅是这个，前面的“摩诃”、“般若”全部都是“西国梵音”。

“唐言彼岸到”，唐朝的时候，昨天第一堂课我们讲过了，翻译了很多很多的佛经，那些佛经翻译的时候是怎么说的呢?就叫作“彼岸到”，到达了彼岸；到达彼岸就是“波罗蜜”。

“解义离生灭”，我们进一步地去解释，进一步地去问，进一步地去了解，那什么是“彼岸到”呢?“彼岸”是什么呢? 这里回答了，就是说：“离生灭”，这个“灭”就是死亡。

我们远离了生和灭，或者脱离、摆脱了生和死，这就叫作“彼岸到”，也就是到达了“彼岸”。这个“彼岸”就是远离生死的境界。

**【坛经的核心见解：**

**何名波罗蜜？此是西国梵音，唐言彼岸到，解义离生灭。着境生灭起，如水有波浪，即是为此岸；】**

然后下面再讲，什么样的情况下有生灭?什么样的情况下没有生灭呢?

“着境生灭起”，其中“着”就是执著，“境”就是外境，即外面的这个世界。

如果我们对外面的任何一个东西有执著，认为它是真实不虚的、存在的、实有的，这种念头就是叫作“着境”。

只要有了这种念头，就一定会有生死，即“生灭起”，这个时候生死轮回就开始了。因为有了执著，就一定会有烦恼，而有了烦恼就会造业，那造业就会轮回。

“如水有波浪”，这个轮回时候就像水有波浪的时候一样。

“即是为此岸”，那这个就叫作“此岸”。有执著，就有生死；执著就是因，生死就是果；有这个生死和这个因果，这个就叫作轮回，也叫作“此岸”，这就是“此岸”。

**【坛经的核心见解：**

**何名波罗蜜？此是西国梵音，唐言彼岸到，解义离生灭。着境生灭起，如水有波浪，即是为此岸；离境无生灭，如水承长流，故即名到彼岸，故名波罗蜜。】**

那什么是“彼岸”呢？

“离境无生灭”，什么叫作“离”？怎么样“离”法?是不是我们不看、不听、不想，就叫作“离”呢?

不是，可以看、可以听、可以想，但是没有任何的执著。对所看到的东西，非常清楚地了解它是空性；对所听到的东西，也很清楚地知道是空性，这叫作“离”，所以有了“离境”就停止“生灭”了。

“如水承长流”，这个时候，就像水长流的时候，水面是很平静的，没有波浪。

“故即名到彼岸”，这个就叫作到达了“彼岸”。

“故名波罗蜜”，这个叫作“波罗蜜”。

所有的宗教，都设定了自己的此岸和彼岸，其目的都是要从此岸到达彼岸，且都有从此岸到达彼岸的方法。

比如说，西方宗教的此岸是什么呢?地狱或者现在的人身就是此岸；彼岸是什么呢?天堂就是彼岸。

印度教也是这样的，在早期的印度教，轮回就是此岸；升天就是彼岸。后来的印度教里面，有了对解脱的各种各样太多太多的描述，这些都是它们的彼岸。

那么怎么样从此岸到达彼岸呢?方法就有很多很多了，特别特别的多，绝大多数的方法是什么呢?就是要跟上帝，或者是跟造物主，或者是跟某一个神沟通，通过这样沟通，就能够到达彼岸。

佛教与众不同，佛教是唯一的，佛教跟谁都不沟通。需要智慧，以智慧到达彼岸；有智慧，你就可以到达彼岸了；没有智慧，你跟谁沟通都是没有用的，这是佛教的观点。

我们不去评论其他宗教的对与错，只是讲自己佛教的观点。佛教认为你有智慧，就不需要求任何造物主、鬼、神，谁都不需要求，自己通过自己的力量，你就可以到达彼岸。

到达彼岸的方法不是祈祷，也不是烧香拜佛，那么是什么呢?就是智慧。那么智慧从哪里来呢?在《华严经》和《瑜伽师地论》等佛经当中，都反反复复地讲了，智慧来自于三个方面：闻、思、修。闻所得的智慧，思所得的智慧，然后修所得的智慧。这样你有了智慧，你就可以到达彼岸了。为什么有智慧就能够到达彼岸呢?

首先，你考虑一下，你为什么现在在此岸?谁不让你到彼岸?谁让你就在这个此岸、呆在这个此岸呢?

佛教说了，没有其他人控制你、安排你，只是你自己“念念”有“愚”，在每一个念头中都有无明、有烦恼，所以你就没有办法到达彼岸，只能在生死轮回当中。如果你有了智慧，就断掉了无明，然后你就彻底解放了、彻底自由了，你也就到达彼岸了，这是佛教的原理。

每个宗教都要从此岸到彼岸，但是方法不一样。我们佛教就是以智慧到达彼岸，所以最终需要的就是智慧，这非常非常的重要。

**【坛经的核心见解：**

**迷人口念，智者心行。当念时有妄，有妄即非真有。】**

到达“波罗蜜”后，进一步地讲：

“迷人口念”，这个昨天第一堂课也讲过了，我们凡夫人，经常都把空性呀、光明呀这些词语挂在嘴上，当作口头禅，而不实修。

“智者心行”，这个“智者”，就是指修行的人；他就不会经常讲这些口头禅，人家只是在心里面实修。

“当念时有妄”，这是什么意思呢?就是说，当我们有念头的时候就有了狂妄。狂妄就是欺骗、妄想的意思。

佛经、尤其是《般若经》认为，我们由于眼睛看到、耳朵听到而产生的感觉、感知、理智等等任何一个念头，全部都是妄念和狂妄。所以从佛教般若的层面看，六祖就是说：“当念时有妄”。

我们凡夫人，有念头的时候就有妄想了。我刚才不讲过吗?当我们产生了一本书、一栋楼、一辆车的念头的时候，这个当中就已经有狂妄、妄想了。前面我们也讲过了，从世俗的层面讲，一栋楼、一辆车这些念头都不是什么妄想，是真实的，是正确的；但是从般若的角度讲，这些都是狂妄和妄想。

为什么?这就是欺骗。欺骗谁呢?欺骗自己。因为实际上一栋楼、一辆车这些都不是真实的，但是我们把这些当作是真实的，这就叫作“妄”。

“当念时有妄”，当我们有一个念头的时候，就已经有了妄念了，不需要再单独去找妄念，因为这个念头就是妄念。

“有妄即非真有”，凡是有这样的狂妄、妄想，那么他所看到的、他所认知的东西都不是真实的，都不是真正存在的，都是假的。

**【坛经的核心见解：**

**迷人口念，智者心行。当念时有妄，有妄即非真有。念念若行，是名真有。悟此法者，悟般若法，修般若行。不修即凡。一念修行，法身等佛。】**

然后下面就开始讲，反过来说，

“念念若行”，如果我们每一个念头，都是修般若行。

“是名真有”，这样子的话，才是看到了真正的真相。

“悟此法者，悟般若法”，就是懂这个道理的人，就懂了般若；明白这个道理的人，或者证悟了这个道理的人，也就证悟了般若，这就是般若。

“修般若行”，这也叫作“修般若行”。

“不修即凡”，如果我们不修般若，那就是凡夫。凡夫与圣者的区别是什么呢?不是声望的大小，不是权势的大小，而是有没有这种智慧。不修般若，那就是凡夫；修了般若且证悟的人就叫作圣者。

“一念修行”，如果我们把每一个念头都用般若智慧去修行。

“法身等佛”，当我们证悟了以后，那时法身就是我们的心的本性了，而本性就等于是佛了，本性实际上就是佛。

我们悟了什么呢?悟了本性，实际上悟了本性就是指看到了自己的内心深处的佛。《金刚经》不是说了吗?佛不是有形相的佛，佛是没有形相的。佛是什么样子的呢?佛就是我们的心的本性。所以说“法身等佛”，就是看到了真正的佛。

**【坛经的核心见解：**

**迷人口念，智者心行。当念时有妄，有妄即非真有。念念若行，是名真有。悟此法者，悟般若法，修般若行。不修即凡。一念修行，法身等佛。善知识，即烦恼是菩提。】**

“善知识，即烦恼是菩提”，这是很深奥的，在大圆满、大手印，还有藏传佛教的内密里面，在密宗里面，都是这么讲的“烦恼即菩提”。

这里宏观上说“烦恼是菩提”，是一个比较笼统的表达方式。而没有讲，烦恼怎么样是菩提？什么样的情况下烦恼是菩提？哪个烦恼是哪个菩提？这些细化都没有讲。

密法里面实际上也讲“烦恼是菩提”，而且它讲得稍微再细化一点，比如说你特别“愤怒”的时候，这个“愤怒”就叫作烦恼；如果你当下观照自己的这个“愤怒”，看到了“愤怒”的本性是空性，这就是佛的智慧了。

烦恼和佛的智慧，有什么区别呢?没有其他的区别，就是悟和不悟的区别；不悟的话，那就叫作烦恼；悟了的话，就变成了佛的智慧。

此岸与彼岸的区别也是这样子的，我们不要以为，从此岸到彼岸，就像我们现在的移民一样。这里是此岸，然后我们移民到某一个国家、到达某一个地方的时候，那就叫作到达彼岸，不是这样子。实际上此岸与彼岸，中间也就被一个很小很小的东西隔阂了，这是什么呢?这就是烦恼。

如果没有悟，那此岸就是此岸，永远都是此岸；如果悟了，你当下就已经到达了彼岸，此岸就成了彼岸了。此岸就是彼岸，除了此岸以外，你也没有办法找到这个此岸以外的彼岸，因为这就是彼岸了。

在密法里面，需要把自己观想为金刚萨埵，或把自己观想为佛，为什么要把自己观想为佛呢?因为你如果证悟了，你就会知道：自己就是佛。

所以你把自己观想为佛，是理所当然的事情。既然本质上你就是佛，那么为什么不能观想呢?

我们本质上是佛，如果我们反过来观想成众生的话，那不就是违背真理了吗?

在我们的日常生活当中，违背真理是可以的，但是修行的时候，总不能修违背真理的法。在密法里面把自己观想为佛，它的道理就是这样子的。

密宗里面有很多很多稀奇古怪的本尊，太多太多，为什么有那么多呢?这些本尊是什么呢?

在《阿毗达磨》，或者是《俱舍论》当中，讲五蕴、十二处、十八界，这些还可以再细分的。比如说对于五蕴，在迷的时候、不悟的时候，就是五蕴；悟了以后是什么呢?是五方佛，五蕴就成了五方佛。再比如，我们讲的烦恼五毒，在迷的时候就是毒，就是贪、嗔、痴、疑、慢五毒；悟了以后，五毒就成了五智慧。而且五智慧在外面显现出来的时候，还会以五方佛的形式出现。

在密法中，把这些五方佛再细化了以后，就出现了太多太多的本尊，特别多的本尊。比如，有些本尊是我们眼识的清净状态，有些是我们眼根的清净状态，等等各种清净的状态，所以密法的本尊有这么多。

如果我们到一个藏传佛教的佛堂，一进去就看见花花绿绿的颜色，并且到处都是各种各样的佛。而如果我们到日本的一个佛堂，一进去好象什么都没有，就象禅宗所说的空空如也，感觉什么都没有。

在密宗里，什么都是佛，所以就有太多太多的佛，佛像的颜色也是花花绿绿的，特别的显耀。但是，密宗的所有颜色，都可以归纳为五个颜色，没有第六种颜色、第七种颜色。

比如说，大家现在到处都能看到的密宗的坛城，不懂的人，一眼看上去，就是花花绿绿的，根本不知道是什么东西，因为里面有太多太多的颜色和图像。实际上，构成坛城的所有颜色，除了五个颜色以外，就没有别的颜色了。

这五个颜色代表什么呢?代表佛的五个智慧，五个智慧就是五方佛。五方佛身体的颜色，就是曼达拉坛城的颜色。

对我们凡夫来说，这五方佛只是五毒，不是什么佛，是贪、嗔、痴、疑、慢五毒。但是一旦你在特别愤怒的时候，当下就知道了这个愤怒的本质是空性，那么一秒之间，这个毒、这个烦恼就变成了智慧，也就是说烦恼即智慧了。

大家一定要知道，显宗分为两个层次，第一个层次也就是普通的显宗，它不会这样子讲，它怎么讲呢?烦恼永远都是烦恼，一定要断除烦恼，需要把烦恼消灭掉。等消灭了烦恼以后，你再去修行智慧；修了以后，你就可以得到智慧了，普通的显宗就是这样子讲的。

第二个层次的显宗，佛第三转法轮中，在像《维摩诘经》这样的佛经里面，尤其是在禅宗里面，它不会说，消灭了烦恼以后才能获得智慧，它没有这种说法。它会说，你不需要消灭烦恼，你只要知道它的本质是空性，那么这个时候烦恼本身就是智慧了。

“烦恼是菩提”，不是说，“烦恼”断除了以后可以获得“菩提”，这种理解是舍和得的关系，即舍去一个“烦恼”，获得一个“菩提”。实际上不需要这样子，“烦恼”就是“菩提”。

那么我们为什么会有严重的烦恼呢？为什么我们的烦恼不是菩提呢?为什么我们不能证悟呢？为什么我们不能成佛呢?很简单，只有一个很小的答案，那就是因为我们没有悟。

如果证悟了，那么不管什么样的人，都可以成佛；不管什么样的烦恼，都是菩提了。“即烦恼是菩提”，就这意思，这个非常有意思。

**【坛经的核心见解：**

**迷人口念，智者心行。当念时有妄，有妄即非真有。念念若行，是名真有。悟此法者，悟般若法，修般若行。不修即凡。一念修行，法身等佛。善知识，即烦恼是菩提。前念迷即凡，后念悟即佛。】**

接下来看，就简单了，前念与后念，两个念头连续出来了。

“前念迷即凡”，当前念出来的时候，是一个烦恼，因为没有悟到它的本性是什么。这时候的人是凡夫，这时候的情绪，就叫作烦恼，是五毒。

“后念悟即佛”，紧接着第二个念头出来的时候，立即就知道烦恼的本性了，然后凡夫就是“佛”了。

这时的“佛”，还不是像“释迦牟尼佛”这样的“佛”，主要是指证悟了心的本性，是法身的“佛”。

证悟了自己的心的本性，在很多时候也叫作“佛”，但还不是真正成“佛”。觉悟了以后、开悟了以后，还要继续修，才能够真正达到最后的“佛”的境界。但是很多时候，证悟了本性也叫作“佛”。

“前念迷即凡”，后念紧接着出来了，当下就知道了念头是空性，如果这样的话，就是“佛”了。所以“凡”和“佛”的区别，就是迷和悟，就这区别，没有别的区别了。

**【坛经的核心见解：**

**迷人口念，智者心行。当念时有妄，有妄即非真有。念念若行，是名真有。悟此法者，悟般若法，修般若行。不修即凡。一念修行，法身等佛。善知识，即烦恼是菩提。前念迷即凡，后念悟即佛。善知识，摩诃般若波罗蜜，最尊最上第一，无住无去无来，】**

“善知识，摩诃般若波罗蜜，最尊最上第一”，其中“最尊”，是最尊贵的意思；“最上”，是最上乘的意思。像藏传佛教里面，大圆满、大手印、时轮金刚，这些密宗就叫作无上密宗，这里讲的这个“最上”就这意思。

“无住无去无来”，这三个词非常非常重要。前面所讲的，到达彼岸，实际上并没有什么彼岸可以到达，为什么呢?就是因为“无住”、因为“无去”，因为“无来”。所以没有一个真实的从此岸到达彼岸的“住”、“去”、“来”，实际上在这个当中，就是证悟空性。

一个人坐在这个佛堂里面打坐，前几分钟他没有证悟，所以他就在此岸；后几分钟的时候，他证悟了，虽然他还坐在同一个位置上，但是他已经到达彼岸了。在这个当中，并没有一个真实的来往。

当你真正地证悟了“无住无去无来”的时候，你就达到彼岸了。所以如果我们的根机足够成熟的话，这是最最最简单的事情，世上没有比这个更容易的事情，什么都不用做，当下就成佛了；但是如果根机不成熟的话，那么世上就没有比这个更难的了。（众笑）

所以根机的成熟特别的重要，其他什么都不重要，根机的成熟是最重要的了。

这点我们是能够看得出来的，像六祖这样子的人，什么都不需要，只《金刚经》的一句话，一下子就证悟了；而我们普通人，念一辈子的《金刚经》，也只能像六祖说的，念《金刚经》功德无量。我们念经，肯定是功德无量，但是只有这一点功德，却没办法证悟。

**【坛经的核心见解：**

**迷人口念，智者心行。当念时有妄，有妄即非真有。念念若行，是名真有。悟此法者，悟般若法，修般若行。不修即凡。一念修行，法身等佛。善知识，即烦恼是菩提。前念迷即凡，后念悟即佛。善知识，摩诃般若波罗蜜，最尊最上第一，无住无去无来，三世诸佛从中出，将大智慧到彼岸。】**

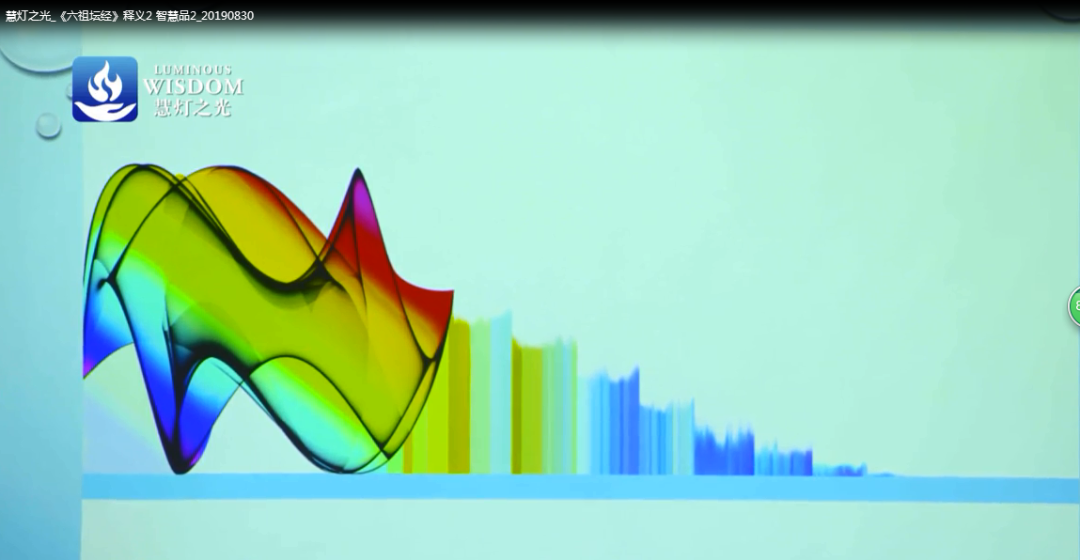
“三世诸佛从中出”，从什么当中出呢?就是从“无住无去无来”当中出；这个是什么呢?这个就是空性，所以空性就叫作佛母。

在大般若当中，经常把空性叫作佛母。在藏传佛教里，密宗双身拥抱像当中的佛母，是代表什么呢?实际上佛母的真正意义，就是这个“无住无去无来”。

它为什么叫作佛母呢?因为三世诸佛都是从中生，它就是三世诸佛的来源，它就是三世诸佛的母亲，就是三世诸佛的妈妈。就这意思了，所以《大般若经》当中，空性就叫作佛母。

“将大智慧到彼岸”，有这个大智慧的话，我们就可以到达彼岸，其他任何方法都不能到达彼岸，只有这个唯一的方法。

好，现在我们看一下这个图，这个图是什么意思呢？



（师指图中直线区），图中最下面的这一层，是天蓝色的一条直直的线，它代表佛性。因为在我们的心中，它永远都是存在的，而且它永远都没有任何变化，所以它就一直是直直的，从头到尾都是这样存在着。

（师指图中高峰段），这一部分代表欲界，是大家都知道的六道三界中的欲界。在欲界，我们的心就是这样子的。

（师指图中高峰段的尖峰区），上面这个红色的部分，代表非常状态的情绪和严重的烦恼。

（师指图中高峰段的中间区），这个中间的黄色，就代表一些中性的、无记的、一般的情绪。

（师指图中高峰段的下层区），下面的这一块蓝色，跟佛性是一个颜色，意思就是说，我们的每一个念头，都含有佛性，而且本质是佛性。所以如果我们证悟后一看，就能看到念头的本性是有佛性的。

欲界的这个心，有很多的念头，并且波动是很大的。

然后接下来：

（师指图中中峰段），这一、二、三、四，有四个层次，它是色界。色界有“四禅”，就是大家听说过的“四禅八定”的 “四禅”，所以这里一、二、三、四，就代表四禅。

在第一禅和第二禅当中，还有一点点黄的颜色。黄色是欲界的颜色，代表在色界的第一禅和第二禅当中，还有一些欲界的粗大念头和烦恼成份，所以它们的颜色是这样子的。

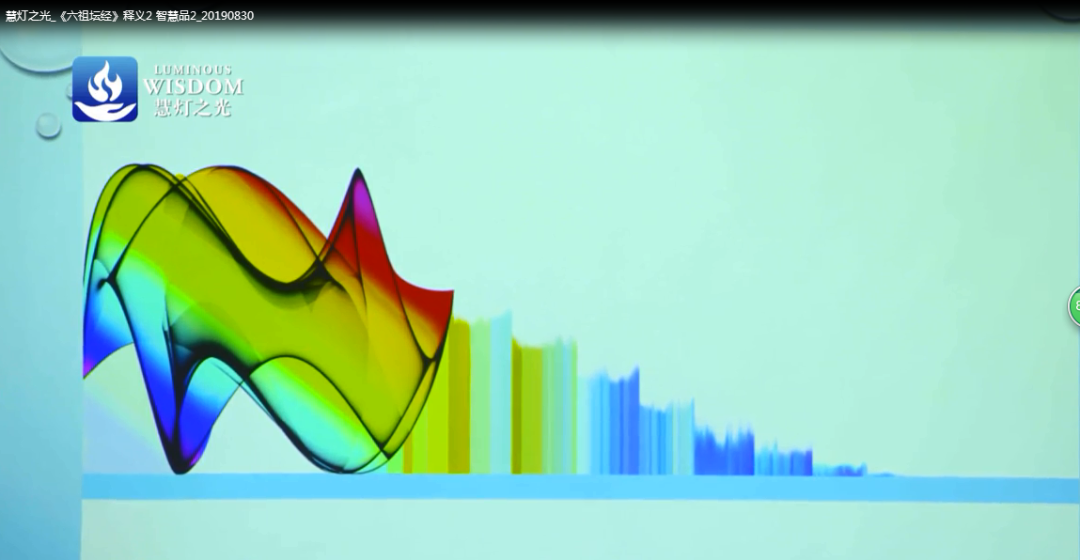
接着的第三禅、第四禅，基本为蓝色，是比较标准的禅定。尤其是第四禅的颜色，跟佛性的颜色差不多，但它不是佛性，尽管它是所有禅定当中，状态最最最好的禅定。

比如说，在小乘佛教，一个人要证悟的话，一般都需要在这个（师指图中中峰段）上面证悟，但是在这个（师指图中高峰段）当中证悟的也有。阿罗汉在这个（师指图中高峰段）状态当中证悟的话，他是没有神通的；如果他在这个第四禅的境界当中证悟，那么这个阿罗汉是有神通的。

再比如说，一个人修禅宗、大圆满、大手印，如果他有禅定的基础，当然是非常好的；如果他没有禅定的基础，他也能在这个（师指图中高峰段）状态当中，也就是在我们现在的人和天人的欲界状态当中，完全可以证悟。他没有四禅的话，是可以证悟的；如果有四禅的话，那么他的根机就是特别好了。

这是我们通过图示的方法，简单了解一下。

我们再看看下面：



（师指图中低峰段），这个一、二、三、四，是无色界，基本上就停留在阿赖耶识的这种状态当中。虽然从表面上看，它是一个非常非常平静的状态，但是它没有证悟的智慧。所以，一个人就是在这个当中修了几万年、几百万年，也没有太大的意义。

我刚才也讲过了，如果没有菩提心，没有证悟的智慧，只是去打坐，打个三天、十天，可能稍微会有一点点感觉。对于这类感觉，大家不要以为是什么收获，在藏传佛教里，反复地强调，这类感觉什么都不是。

因为任何一个人的意识里，都会有很多很多不同的感受和不同的功能。当心静下来的时候，意识就会浮现很多很多从来没有过的感受。所以，打坐时特殊的感受可能会有的，但是这些感受只是一种感受而已，不解决任何证悟的问题。

**证悟，必须要有两个东西，一个是智慧，另外一个是菩提心。**如果没有这两个东西，我们也只能让心稍微平静一点点，这对证悟一点都没有用。

当然如果我们只是用这种打坐方法，来调整自己的睡眠，或者化解压力，这是有用的，但这与证悟是没有任何关系的。

我们大家看，从第一禅到第四禅，这个阶段在禅宗里面是怎么讲的呢?这个（师指手中书）版本里面讲：

“若只百物不思”，就是说，如果只有什么都不想的这种状态。其中的“百物不思”，就是对任何一个事物，都不思考、不思维，心非常非常地平静。

“念尽”，就是说，所有的念头，一切念头。

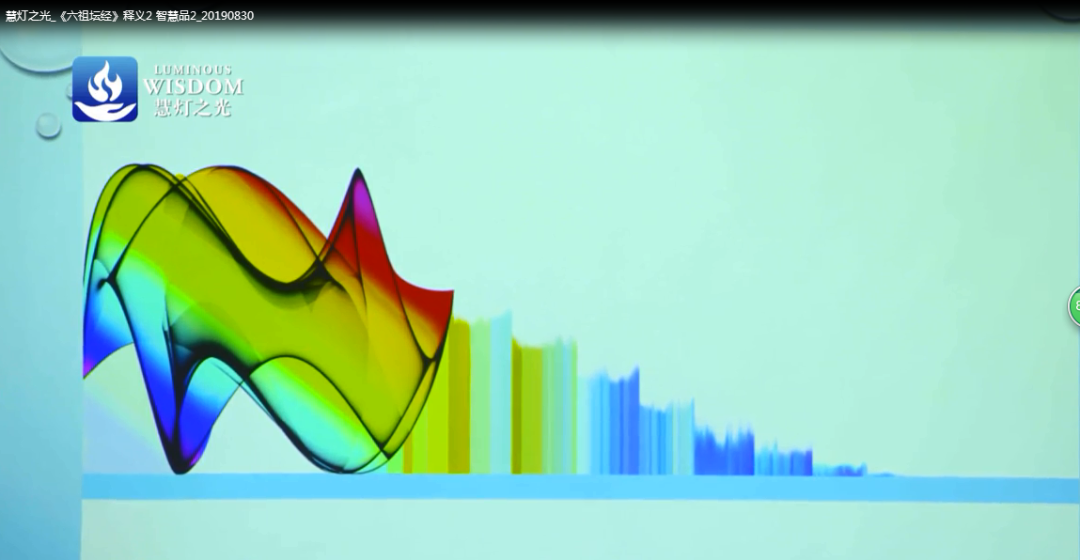
“除却”，就是说，所有的念头全部断掉了。

“一念绝即死”，就是说，我们每一个念头都断掉了，这时候没有念头了。这个“死”，不是指死亡，是没有念头的意思。

“别处受生”，但是没有念头不解决问题，过一段时间以后，念头又开始产生，所以没有任何的作用。

这个道理，我昨天第一堂课也反复地讲过，无论以后你们修禅宗也好，修大圆满、大手印，修其他法也好，这个特别的重要。

如果我们只有“百物不思”，什么都不想，心很平静；此时所有的念头都断掉了，“一念绝即死”，暂时把全部念头消灭了，但是这样也没有用；“别处受生”，过一段时间以后，念头又开始产生了，没能解决任何的问题。**对于真正打坐的人来说，这是特别重要的一句话。**



这种时候主要就是停留在四禅和八定的状态当中（师指图中中峰段、低峰段），是一个非常平静的状态，但是没有用。这一块是念头，（师指图中高峰段），所有的念头就在这一块。那么多的念头，在这个当中，（师指图中中峰段、低峰段），从四禅的色界到最后的无色界，念头越来越少，没有念头了，一个念头都没有了，但是仍然没有证悟，因为没有菩提心，所以都没有用。对平时打坐的人来说，这是特别重要的一句话，非常非常有意义。

我们刚才提到了，一般的阿罗汉需要进入这个时候（师指图中中峰段、低峰段），才能够证悟人无我。修禅宗和大圆满的人，他没有进入这个（师指图中中峰段、低峰段）地方，就在这个（师指图中高峰段）欲界，在念头当中，直接就可以证悟了，所以他没有禅也是可以证悟的，他不进入禅也是可以证悟的。

（师指手中书）我们看看《六祖坛经》的第四《定慧品》当中，这样讲：

“师示众云”，上师就开示大家说。

“善知识，我此法门”，惠能大师说我的法门，也就是顿悟法门。

“以定慧为本”，以禅定的定和智慧为本。

“大众勿迷”，但是大家不要误会，不要误解，误解什么呢?

 “言定慧别”，就是说，你们不要把定和慧分开，你们不要说，定和慧是两种不同的禅定，为什么这么讲呢?

“定慧一体”，因为定和慧是一体的。我们平时讲戒、定、慧时，是分开讲的，但是禅宗不分开讲。

“不是二”，定和慧不是两回事，定就是慧，慧就是定。禅宗这么讲，大圆满也是这么讲的。

“定是慧体，慧是定用”，定就是慧的本体，同时慧就是定的智慧部分、了知部分。

“即慧之时定在慧，即定之时慧在定”，证悟的时候，这个了知万法空性的部分叫作慧；而这个慧的本体又是如如不动的，那么这个如如不动的部分就叫作定。

比如说，一个念头，它既是定又是慧，从它如如不动的角度说，它就是定；然而它又不仅仅是如如不动，同时它就明白万事万物都是空性，从这个角度讲，它就是慧。

定和慧不要分开讲，这是只有禅宗、大圆满才会这样子讲。所以我们刚才讲了，是不是一定要有定才会有慧呢?不是的，不一定的。

“若识此义”，如果你们懂得了这个意思以后。

“即是定慧等学”，那么定和慧可以同等地、同时地学习、修行。

“诸学道人”，修行的人。

“莫言：先定发慧”，你们不要说先修禅定，然后在禅定当中生出智慧，不要这么去说。

平时我们都讲，由戒生定，由定生慧，这是佛教里一个基本的说法。但是禅宗和大圆满，不会这样讲，定慧是没有什么前后之别的。

“先慧发定”，也不要说先修智慧，然后再修禅定。

“各别”，不要说定慧有各种分别。

“作此见者”，就是有持这种见解的人。

“法有二相”，这种见解有一个前与后的二元对立，是不对的，真正的意义就是，定就是慧，慧就是定。

如果我们有禅定的基础，那么在这个基础上，开悟是很容易的；如果我们没有禅定基础的话，也可以开悟的。这个我们怎么理解呢?前面惠能大师说：“大众勿迷”，这个地方我们也要说一下“大众勿迷”，为什么这么讲?

对于像惠能大师这样已经证悟了的人而言，就不需要先修禅定了。那么我们普通人要不要呢?要，我们是需要先修禅定，然后在禅定的基础上证悟，这样才是比较靠谱的。这样修法时，定慧是要分开讲的。

以上内容对真正的修行，都是特别重要的。讲大圆满也就是讲这些了，没有别的了。只不过大圆满讲得更清楚一点，禅宗讲得稍微模糊、稍微笼统一点，就这一个差别。所以我们修这类法的时候，一定要记住，这些才是真正的修法。

我们再继续看：

**【坛经的核心见解：**

**故知不悟，即是佛是众生；】**

“故知不悟，即是佛是众生”，如果不悟，那么佛就变成了众生了。

这里不是说真正的佛变成了众生，这个永远都不可能的，不会这样的，不能这样的，那么是什么意思呢?

虽然我们的心的本性是佛，但是由于我们没有开悟，不知道自己是佛，所以我们现在就是众生。这里用语言表达的方法，就是说，佛变成了众生。

实际上，我们成佛了以后，能不能变成众生呢?这个是不可能的。我刚才也讲过，禅宗里面很多时候讲的这个佛，实际上指的是如来藏、佛性，比如，把佛性就叫作佛。

**【坛经的核心见解：**

**故知不悟，即是佛是众生；一念若悟，即众生是佛。故知一切万法，尽在自身中。】**

“一念若悟”，如果我们产生一个念头的当下，就知道了它的本性。

“即众生是佛”，众生就变成了佛，很简单的。

“故知一切万法，尽在自身中”，在自己的身体当中有意识，而意识的本质是佛性，因为万事万物都是佛性和意识的投影，所以万事万物都在自身中。

就像科学家告诉我们，各种各样的颜色，实际上就在我们的头脑里面，不在外面一样。

如果释迦牟尼佛与物理学家对话，物理学家说：释迦牟尼佛，我们觉得你讲的也有一点点道理，因为你说万事万物都是心的现象，我们也发现了颜色真的是在大脑里面，不在外面。你说的这些是有道理的。

佛告诉他们：你们现在所知道的，只是这么一点点而已。实际上不仅仅是颜色，所有东西都在我们的意识当中，全部都是我们内心的投影。因为你们的技术还不够，所以还不知道。可能等一百年、两百年以后，你们就会知道了。

佛会这样告诉他们，也就讲“故知一切万法，尽在自身中”。

再比如说，我们这个投影，画面上的所有的字和所有的图，是在这个投影仪当中，不在那个屏幕上。

**【坛经的核心见解：**

**故知不悟，即是佛是众生；一念若悟，即众生是佛。故知一切万法，尽在自身中。何不从于自心顿现真如本性。《菩萨戒经》云：我本元自性清净。识心见性，自成佛道。《维摩经》云：实时豁然，还得本心。】**

“何不从于自心顿现真如本性”，既然万事万物，都在我们的心中，如果有一天我们证悟了，那么我们的心的本性，顿时就会真正显现了。

 “《菩萨戒经》云：我本元自性清净”，我们的心的源头，它本来就是清净的。

“识心见性”，这里面有两个字特别重要，这两个字“识心”，是什么意思?

在禅宗里面，很多时候讲“观心”、“识心”等这类的话，并且，大圆满里面的这类话也是非常非常多的。

“识心”和这个“悟”就是一个意思，“悟”，悟什么呢?就是彻底地认识到你自己的心。

彻底地认识自己的心就是“悟”，如果用一个字来表达，就叫作“悟”；如果用两个字来描述，那就叫作“识心”，即认识自己的心。

现在我们没有认识到自己的心，我们产生的各种各样的情绪，根本就不知道它的真正本质是什么，所以我们就叫作不“识心”。

“识心见性”，“识心”就是“见性”，认识了自己的心就是见到了本性。

“自成佛道”，那这个时候，我们就成佛了。

“《维摩经》云：实时豁然，还得本心”，就是我们恍然大悟，突然间我们就认识到自己的心的本性。

**【坛经的核心见解：**

**善知识，我于忍和尚处，一闻言下大悟，顿见真如本性。是故将此教法，流行后代，令学道者顿悟菩提，各自观心，令自本性顿悟。】**

下面六祖惠能大师讲了自己证悟时候的一个小故事：

“善知识，我于忍和尚处”，忍和尚就是五祖弘忍大师。

“一闻言下大悟”，就是说，听了一句《金刚经》，然后就大悟了。

“顿见真如本性”，就是说，突然间就看到了自己的心的如来本性。

“是故将此教法，流行后代”，就是说，把这个法脉传给后代。

“令学道者顿悟菩提，各自观心”，以后学禅宗的人，大家要“观心”。“观心”是过程，“识心”是结果。

“令自本性顿悟”，证悟自己的本性，这就是他的传法的目的。

**【坛经的核心见解：**

**若不能自悟者，须觅大善知识示道见性。何名大善知识？】**

“若不能自悟者”，我们刚才讲了，自己不能证悟，那怎么办呢?像惠能大师这样子的人，也是需要一个上师的，那我们就更加需要有上师了。

“须觅大善知识示道见性”，我们去寻找善知识，这就是藏传佛教里面讲的依止上师，然后通过善知识的开示，使我们能够见到心的本性。

“何名大善知识”，什么是大善知识呢?

在达摩祖师和一些其他的禅宗书里都讲了，如果没有证悟，在禅宗里面是不叫上师的，不叫大善知识的，证悟的人才叫作大善知识。

因为禅宗的大善知识，他是教我们什么呢?不是给我们教这个字怎么念、这个字的意思怎么去理解，不是教这些，而是教心的本性。

那么心的本性，谁能够教呢?证悟的人才能够教，其余的人都不能教。

所以在禅宗的眼里，没有证悟的人就不是上师，不是大善知识，因为在心的本性方面，他什么都教不了。

如果我们要学一点佛教知识，那么没有证悟的人，也可以叫作善知识，因为他可以给我们教一些知识，比如怎么样磕头，怎么样念佛，再比如烟供的时候，会不会有很多的鬼神来找我们呀等等（众笑）。这些知识谁都可以教，教了这些知识的话，当然就可以称为善知识。

但是如果要讲心的本性光明的话，这个没有开悟的人是讲不了的，所以没有证悟的人，就不叫大善知识了，禅宗就是这样的。

**【坛经的核心见解：**

**若不能自悟者，须觅大善知识示道见性。何名大善知识？解最上乘法，直示正路，是大善知识，是大因缘。】**

“解最上乘法，直示正路”，这里的“直示”是什么意思呢?开示，直接地开示。谁能够直接开示呢?开悟的人才能直接开示。

这就叫作直指人心，直接，不走一点点的弯路，直接告诉我们正确的路，那么这个只有证悟的人才能够做得到。

“是大善知识，是大因缘”，我们藏传佛教的密宗讲，依止上师是我们学佛的第一个缘起，特别特别重要。这里禅宗也讲“是大因缘”，“因缘”与“缘起”是一个意思。

如果我们要成佛的话，那么最大的因缘就是要找开悟的大善知识，这样才能够证悟。

好，这些我们今天就不多说了。最后的时候，我们再看一看，昨天第一堂课和今天第二堂课，我们都讲了很多的理论，那么修的时候怎么修呢?

**【般若观心法：住、动、明】**

非常简单，就三个字了：住、动、明

修的时候，一个毗卢七法，这里不用多讲了。

毗卢七法坐好、坐完了以后，大家开始观心。怎么观心呢?就是往里看自己的心。很简单，没有任何其他的，就是要往里面看自己的心。

在看自己的心的时候，有两种可能，一个可能，有些时候我们的心是如如不动的，停留在阿赖耶的这个层面上，这是一个“住”的状态。

另外一个可能，就是“动”的状态。“动”，就是起心动念，有些时候我们往里一看，冒出了太多太多的杂念。

除了“住”和“动”这两个情况以外，不会有第三种状态。要不就是“动”，起心动念，产生各种各样的念头；要不就是没有念头，即安“住”。

除了这两者以外，不会有第三者。“住”和“动”都可以，都没有关系，我们不需要做任何的取舍，“住”就是“住”，“动”就是“动”，没有好坏的区别。

然后我们需要的是什么呢? 最后一个，下面的这个“明”。“明”是什么呢?“自知自明”的“明”。

我们静下来以后，如果心是安住的状态，那么我们非常清楚地、自知自明地知道它是安住的，它现在没有念头，是在平静的状态，要知道这些。

如果动念的话，知道它现在有念头了，有了各种各样的念头。一个念头出来了，然后消失了；然后下一个念头又出来了，又消失了。

你只是作为一个旁观者看着，当任何一个念头出来的候，不要去打击，不要去控制，也不要跟着它走。这就比如，有一群小孩在一个老人的旁边玩耍，这个老人不需要去打击这些小孩，也不需要做什么，他只是在旁边看着就可以了。

同样的，当各种各样的念头冒出来的时候，你不要去控制它，你就看着；没有念头的时候，你也不需要希望有念头，你也不要鼓励它，让它有念头。只是看着，这个就叫作“明”，自知自明。

这个刚开始时候的“明”，是不是开悟了呢?还不是。自知自明有两个层面不同的意思，一个是世俗层面的自知自明，就是我对自己的内心情况一清二楚。比如说，我知道当下心里有个杂念，或者知道当下心里没有杂念，这个就叫作世俗层面的“明”。这个时候的“明”只是一个过程，只是一个禅修的方法，不是我们最终需要的东西。

如果我们把四加行、五加行全部修到位了，并且对上师和大圆满、大手印的法有着满满的信心，那么我们在平时观心的过程中，突然有一天，这个“明”，会上升到什么层次呢? “明”提升了，提升到什么层次呢?

“明”字，也叫作自知自明，现在世俗层面的自知自明，是意识的自知自明，提升了以后就是智慧的自知自明。这个时候自知什么？自明什么呢? 就是刚才讲的“识心”，就是悟。

当下开悟，就是当下看到每一个念头都是如幻如梦的、是空性的。刚才讲过了，我们不用其他的语言，用了“空性”，这个没有任何的误区，这个就叫作、这个就是开悟。

《坛经》的禅修是什么样子呢？（师指手中书）我们看看，这是非常有意思的。

“善知识，何名坐禅”，什么叫作坐禅?什么叫作打坐呢?

“此法门中”，就是在禅宗的法门当中。

“无障无碍，外于一切善恶境界，心念不起”，我们对外面的任何一个东西，不起任何的执著。

“名为坐”，没有执著就叫作坐。

平时我们认为，“坐”就是人坐下来，“禅”就是坐下来以后去打坐，这就叫作“坐禅”。六祖不是这样解释的，没有任何的念头，对外面的任何一个事物、任何一个东西，没有一点点的执著，这叫作坐、这就是坐，这就是“心念不起，名为坐”。

“内见自性不动”，这个更重要，我们往里观察的时候，看到了自己的心的本性是如如不动的佛性。

这个时候我刚才讲到的“住、动、明”中的“明”，就提升到这个层面了，“明”就是“内见自性不动”。

“名为禅”，这叫作禅，坐禅。

禅宗的坐禅，这些解释方法，跟大圆满的解释方法是一模一样的。

平时我们理解的坐禅、禅修，还有定、慧，跟禅宗和大圆满讲的是不一样的。我们平时讲的定、慧，还有坐禅，都是在普通的层面上去理解、去解释的；而禅宗和大圆满是在很深的层次、境界当中去解释坐禅，以及定和慧的。两者层次是不一样的，认识到这点特别有意义，因为我们最终需要的东西，就是“内见自性不动” 层次上的“明”。

我们前面讲过了，我们现在“住、动、明”中的“明”，是一般理解上的自知自明，就是能够感觉到自己的意识正在活动，或者已经停止。这种“明”，我们随时随地都可以有，那么怎么样让它变成《坛经》这里讲的“内见自性不动” 的“明”呢？我们把“明”这个字，什么时候让它变成这样的内容呢？什么时候让它拥有这种含义呢?

禅宗，是用参话头的参禅方法，把“明”提升。而密法的方法，非常非常非常的多。刚才讲了，主要的一个就是四加行、五加行，然后就是对上师三宝和大圆满的信心，再加上上师瑜伽。通过这些方法，把“明”就能提升到“内见自性不动”的层面上，这个时候是真正地证悟了。证悟就是这样子，是非常非常有意义的，大家一定要努力，最后祝大家六时吉祥，早证菩提。（众笑）

最后大家好好回向一下，我们讲的这个法是非常深奥的，非常非常有意义的，我们听受这个法是功德无量的。这个无量的功德，我们要分享给天下所有的众生。首先回向给以自己父母为首的天下所有的众生，然后接下来，回向给自己需要回向的那些人，或者动物、宠物，都是可以的。我们希望这些功德，能够让天下所有的众生，离苦得乐，最终都能够成佛。以这样发愿，大家一起来回向：

索南德义坛加惹巴涅

托内尼波札南潘学匠

结嘎纳其瓦龙彻巴叶

哲波措类卓瓦卓瓦效

嗡啊吽 班匝儿格热巴玛色德吽

嗡啊吽 班匝儿格热巴玛色德吽

嗡啊吽 班匝儿格热巴玛色德吽